

## 《佛说无量寿经》 第十九课

### 目录

|                      |    |
|----------------------|----|
| · 抖一下，让它掉落.....      | 2  |
| · 那个关键，在我们自己.....    | 4  |
| · 因为你“有”，就有不安.....   | 4  |
| · 净土宗的安心.....        | 9  |
| · 坚固道心.....          | 10 |
| · 生存的基础就是“欣乐厌苦”..... | 14 |
| · 精进，自然的喜悦.....      | 20 |

十方众生，皆有往生资格

为令一切众生了知如此资格

我们应该发起觉醒之心

来听闻佛陀智慧的指引《佛说无量寿经》

南无阿弥陀佛！

本课经文：

“假令有佛，百千亿万，无量大圣，数如恒沙。供养一切，斯等诸佛，不如求道，坚正不却。譬如恒沙，诸佛世界，复不可计，无数刹土。光明悉照，遍此诸国，如是精进，威神难量。令我作佛，国土第一，其众奇妙，道场超绝。国如泥洹，而无等双，我当愍哀，度脱一切。十方来生，心净清静，已至我国，快乐安隐。幸佛明信，是我真证。发愿于彼，力精所欲。十方世尊，智慧无碍，常令此尊，知我心行。假使身止，诸苦毒中，我行精进，忍终不悔。佛告阿难：法藏

比丘说此颂已，而白佛言：唯然世尊，我发无上正觉之心。愿佛为我广宣经法，我当修行，摄取佛国清净庄严无量妙土。令我于世数成正觉，拔除生死勤苦之本。”

## · 抖一下，让它掉落

应该习惯性地，让我们的心回到它该有的位置。不要习惯性地想过去，也不要总是思维未来将要发生的一些事情。

我们的一生，是所有当下的组合体。好比说，一个小时是六十分钟，一分钟是六十秒的总和，而我们的一生就是所有当下的总和。如果不过多地去想过去跟未来，你就会变得很宁静。我们痛苦的根源，就来源于无穷无尽的想象力。无穷无尽的想象力，就是我们痛苦的根源。

如果现在，你就坐在这个地方，去关注你的呼吸五秒钟，不用多，只要五秒钟，你就会变得很宁静。所以，我们的不宁静、躁动就是我们痛苦的根源。躁动的过头叫情绪，情绪过头以后，就会在身体上产生一些疾病。如果能够让自己的情绪稳定，那我们的内心就会很快乐，这就是我们说的“解脱”。

佛教里经常会谈到“解脱”这个词，其实古人不说解(jiě)脱，说什么？解(xiè)脱，它不叫解(jiě)——解(jiě)，好像你被绑住了，然后你得把它解开，好像你需要做点什么事情。而解(xiè)脱的意思，就是它自己开了，自己掉下来了。对吧？

比如说，你背着一个东西，但你并没有把它绑在身上，只是背在

身上。你只需要晃一下身体，它就会从你的身上滑下来——这叫做解(xiè)脱。去掉了不是你的东西，你就解(xiè)脱了。这个桌子，你可以说它是用木头制造的桌子，你也可以说：你把木头“不是桌子的那部分”去掉了，然后它变成了一个桌子。

不要老去追求快乐，要把不是快乐的那部分去掉，你就会快乐。快乐是没有办法“得到”的，你只能“回归”。所有你能“得到”的快乐，（最终）都会失去。你会想很多办法去“得到”一个快乐，然后又失去……比如你寂寞了、痛苦了，会找你的朋友聊聊天，然后你高兴了。朋友走了，你又不高兴了。凡是你“得到”的东西，它都会失去。而你能“回归”，回来找到自己“本身存在”的快乐。

这个“本身存在”快乐，就是宁静。如果以后再发生一些使我们内心很有情绪、很躁动的事情，记住一点：回到你的呼吸。十秒钟，立马你就会变得平静。心的躁动跟你的呼吸有很大的关系，如果你产生了一个很恼怒的心，你的呼吸会变得急促，你控制不了自己恼怒的心，但你可以深呼吸，然后你恼怒的心就平静了，这叫做利用物质来调节我们的心灵。

心灵与物质是有一定关系的，要掌握它们关系的桥梁——通过你的物质掌握你的心灵。比如说你很生气的时候，你就这样摆手，然后专注自己摆手的动作……一分钟，你的气就会消除。不信吗？你们回去跟家人找茬生气，然后试一下，可以的。你只要够专注，你就会够平静。或者在你生气时，你就晃（身体），以后家人就不敢气你了。总之会有很多办法吧，让你的心能够平静下来。

解(jiě)脱相当于解(xiè)脱，你换一个角度、动一下身体，它(情绪)就过去了，这并不是件很难的事情。快乐也不是件很难的事情，不要老想着去追求，只要你换一个角度就可以了——换一个角度，不是你的东西就滑下去了，你就可以快乐了。

## · “内道徒”

曾经，乌鸦和鸽子是好朋友，它们共同生活在一个地方。有一天，乌鸦很苦恼，就跑来跟鸽子说：“我要离开这里了，你是我最好的朋友，我准备跟你告别。”

鸽子说：“你为什么要离开？”

乌鸦说：“我们很多的小伙伴，都不喜欢我的叫声，说我的叫声很难听，所以我准备离开。”

鸽子说：“如果你不改变自己的叫声，换了另一个地方，还是会被人讨厌的，是一样的。”

我们如果不改变思维、不改变自己的思维系统，那么不论你换多少法门、换多少朋友、换多少老公、换多少儿子（开玩笑，儿子不能换啊）……不管你换了多少东西，你都无法快乐。除非你改变了思维，然后你就快乐了。

那个开关，是在我们里边，它不会在外边。你能搞定你自己，你就能搞定全世界；尽管你能搞定全世界，你也不一定能搞定自己。这就是为什么佛殿被称为“大雄宝殿”，因为他是大英雄，他搞定了自己的所有。



所以我们学佛的意思，就是：我们是内道徒，我们要搞定自己，然后就搞定了所有。这是很关键的。

## · 因为你“有”，就有不安

上回在《无量寿经》里面就讲到了“一切恐惧，为作大安。”这两句话要记住。前面两句是“吾誓得佛，普行此愿”，如果记不住这两句，你就记住“一切恐惧，为作大安”。其实这是我们的一个信念。

曾经有一个人，他带了很多粮食、装备，准备穿越沙漠。没走几天来了一场风沙，把他所有的装备、所有的粮食，全部吹跑了，都没有了。但是他的口袋里面，有一个梨。他想：“幸好还有一个梨，如果没有这个梨的话，可能什么都没有了。”然后他就一直走，当他每次想吃的时候，就想：“我得等一等，这个梨可能是我的所有，到了最关键的时候，再吃这个梨，我就能离开这个沙漠。”最后他这样走了三天，离开了这个沙漠，但这个梨他并没有吃。

所以让他能走出沙漠的，根本不是梨，是什么？信念！信念很重要。所以，你应该把“完全不能够解脱”的信念，变成什么？——“完全可以解脱”的信念；把你不能快乐的信念，变成可以快乐的信念。

人所有的东西都是各分百分之五十，一半一半的——快乐、不快乐，解脱、不解脱。但是我们所有人的思维，是一个自我毁灭性的思维。你一定会想：我不能解脱，我一定不会快乐，我要追求。我们一定是这样的。很少人会想：我可以！我行！我可以！我行！就是这样的（思维）。所以，佛在世的时候，那些根机好的人，就是“我行！”

根机不好的，就是什么？“我不行！”所以现在我们的根机，就是“不行”。

以前唐宋期间，一些禅师去见某一位禅师的时候，就问一句：“什么是佛？”被问的禅师指了指说：“你就是佛！”提问题的禅师就说：“我行！”他就开悟了。现在你要去见一些师父，甚至你都不敢这样问：“什么是佛？”你这样问，被问的和尚会认为，你是精神病。如果你这样问了，被问的和尚如果回答：“你就是佛！”你会认为，这个和尚也是精神病。你们俩达成不了共识，都“不行”。所以我们就做一点“不行”的事情，比如去闻思、去学习教理、去自娱自乐。

你要用到这个信念——“一切恐惧，为作大安。”这句话谁说的？佛说的。如果是一般人说的，比如咱们村长说的，那无所谓的，不一定可以作大安。但是佛说了“一切恐惧，为作大安”，然后你却说：“好像不行。”当然了，你可以不信，你可以不是一个佛教徒，这个没有什么的。因为你只有信与不信、接受跟不接受，各占一半的比例。你是可以选择的，不需要一定得谈论：我要信，我要怎么样。不需要的，“信”这个事情，你谈论不了。等我讲“四十八大愿”当中第十八愿的时候，就会讲到。

我们在学经典的时候，要会依照祖师的智慧学经典。如果把经典比喻成一泡茶的话，你的智慧就是水，这个水的温度是多高，你就能把茶的香味泡到一个什么程度。我们学祖师，是因为祖师的智慧高，它温度高，能把茶的香气泡得更好。每位祖师的温度都不一样，所以泡出来的茶的香味，也不一样。

比如说，我学某一位祖师讲的《无量寿经》，相当于我喝了那杯茶，我不需要泡了。但我喝那杯茶的时候，用上了我的理解，就相当于我（往里）兑了白开水。然后给你们讲的时候，你们又（往里）兑白开水，兑到最后，就是白开水了。完了大家彼此讨论（经典）怎么好，没有人敢说“不”。因为只要你说“不”，你就会遭到谴责。

所以，为什么所有的宗教都要团队？因为一个人无法支撑你不敢确定的信仰，必须两个人互相骗——“你觉得你可以不？”“我可以的，你呢？”“我也可以。”三个人，自己背后说：“我不信。”但三个人（在一起的时候），一个说：“我可以，你呢？”“我也可以！”“真的吗？”“真的！对！这个很殊胜。”就是这样。

但真正的修行都是单独的、自己实际行持，没有什么可讨论的。你想解脱，你去做就可以了，不需要讨论。但这是针对于个人来说的，如果针对于听者、信众，你（法师）不可能什么都不讲，那就没有意义了，对吧？佛陀还讲了这么多法。针对什么样的人，我们就去做什么样的事情。你想方设法把一个众生的思维梳理出来，梳理到一个点以后，让他的思维“进去”，让它跳跃一下，达到他本有的样子。这就是我们自己学习佛法的目的，也是引导众生的一个方法。

所以说到“一切恐惧，为作大安”的时候，我们会有一个潜在的东西——我们会有不安，对不对？有潜在的不安。其实你也不知道那个不安是什么，但是你就会有潜在的不安，是吧？为什么？因为你“有”，你就有不安，如果你“没有”，你就没有不安。那个自我总是通过纷争而存在的。

你们发现了吗？一个人觉得最近特别顺的时候，觉得很舒服的时候，他就会想：有点不妙，可能要出现什么事了。是吧？我们所有的人都是这样“分开”的。所以很多人说：“哎呀！有点不顺好，有点不顺说明没什么大事。”但如果我们一直顺风顺水，你的心里面天天就很（不安）：“哎呀！暴风雨前的宁静。”——就是这种感觉，我们就有这样的一个思想，然后那个暴风雨就真的来临了。

如果每天磕磕绊绊的，你会觉得很好。如果每天都很顺，比如说有一个人，他每天都不去参加功课，每天都不上殿，师父从来没说过他，他就会觉得：“这什么情况？为什么呢？”如果他今天没去，师父说他：“你怎么没去呢？”“啊，我去。”第二天师父又说他：“你怎么没去呢？”“啊，好，我去。”他觉得也没啥。如果是三天、四天他都没有去，师父却没有说，他就会想：要爆发了，估计要出些什么事儿。

人都会有这样的思想，我们都有潜在的不安。其实我们的不安来源于什么？——无法掌控，对吧！就是你对未来无法掌控，所以你会不安。比如你去一个地方旅游，那个地方很陌生，你会有一种旅游焦虑，对不对？如果你回家，你会觉得：没关系啊，反正我下了飞机有人接我到家，一路很顺畅——你有掌控。我们的不安就来源于对未知的无法掌控。

我们能体现这种不安的情况就是死亡，最能体现这种不安的情况的，就是死亡。其实我们怕死，是怕什么？难道你是怕分离吗？并不是。你是怕死完以后咋办？以后发生的事情会怎么样？你是怕那个未

知。

当然现在你坐在这个地方，基本上算是一个佛教徒，你基本上是承诺相信佛陀的。那么佛陀说了：“不要怕，别怕！一切恐惧，为作大安。”你怕什么呢？当你怕的时候你要念这两句：“一切恐惧，为作大安。”

## · 净土宗的安心

所以净土宗的安心，跟通途法门的安心是不一样的。我今天写的那个问答大家都看过的，对吧？通途法门的安心是掌控权——我能掌控，所以我安心。净土法门的安心是什么？反正我也掌控不了，这个事情我办不了，你办吧！你办我就安心了。

就像我们到饭店去吃饭一样的，点完菜以后你会怎么样？等着。如果你要自己做饭，你就会想：我要买什么菜呢？如果你是一个不会做饭的人，心就会很不安：我该怎么做？做的不好吃了，朋友是不是不爱吃？你会有很多不安的情绪。如果这个时候来了一个厨师说：“我会做。”你立马就会说：“交给你。太好了！太棒了！”再比如说，我们今天上个皈依殿，《佛说阿弥陀经》不念了。很多人会觉得：哎呀！太好了！至少少了十多分钟。我们的心就感觉很安。

所以净土宗的“安”来源于“别人给你干”；通途法门的“安”来源于“我必须自己干”。然后我们所有人都是——“我要自己干！”其实你们心里面想的是：别人能干我就不干。是不是这样？我们一生都是这样的——别人能干，我就不干。所以你做什么事情都会找人，

让别人干。

既然你一个很小的事情都会找别人给你干，那么生死这个大事你为什么要去自己办呢？你办不了。你对生死一无所知，你真的办不了，你不是那个可以办的人。谁可以给你办？佛陀说了，我给你作大安，我给你办，但是你要做好你自己的事情，你在那等着，菜上来以后你就吃，就可以了。你的问题就是吃，你把杯放好，我给你倒水你就喝，你喝你就解渴，你无法去真正知道（到底怎么解渴的）。

有好多人说：“哎呀，我要有把握地往生。”你有什么把握？往生是啥呀？对你来讲“往生”就是两个字，知道吗？你根本就不知道往生是什么意思。你现在也不知道，你永远无法知道，因为它永远无法在你的经验当中出现。这里边有很多问题我们可以去分析。

所以当你怕的时候要想：一切恐惧，为作大安。这里为什么用了“恐惧”两个字？佛没有说“我给你安乐”，为什么不这样说？佛用“恐惧”，然后说给你“大安”，这体现了净土法门的一个特点，什么特点？——厌和欣。

厌就是厌离，你厌离恐惧以后你就欣，欣往极乐。但你记住：“恐惧”你是可以经验到的，这个“苦”你是可以经验到的，但是“乐”你经验不到，特别是“极乐”，你根本就经验不到。所以你能够做的努力就是“厌苦”，而你无法经验到“极乐”。你只能做“厌苦”的方法——念佛，然后“极乐”到时候就会出现。你经验不到“极乐”，但是你可以经验到苦，所以苦是你的经验，当你经验到苦的时候你就会“厌离”。

“为作大安”了，然后法藏比丘就开始发誓，发什么誓？坚固道心。

## · 坚固道心

**“假令有佛，百千亿万，无量大圣，数如恒沙。供养一切，斯等诸佛，不如求道，坚正不却。”**

简单来说就是道心坚固，就是求道心要坚固。我们最初出家的时候，前辈的老和尚们，包括我的师父，看重的不是你学了什么东西，看重的是坚固道心。什么叫坚固道心呢？就是你要知道你需要什么，永远不要放弃你的需要，这就是坚固道心。所以坚固道心在这里边就被体现得非常重要，如果你没有一个坚固的道心，你就会放弃。

所以法藏比丘发誓说：“假令有佛，百千亿万，无量大圣，数如恒沙。”他做了一个对比：如果有很多佛、有百千亿万那么多佛，有无量的大圣，数量如同恒河沙一样（大家去过恒河没？那的沙特别特别细），“供养一切，斯等诸佛”，你去做供养，供养这些佛，这个功德也不如你“坚正不却”——求道坚固的心，就是也不如你求道不怯懦的心功德大。这里体现了道心的重要性，没有道心我们走不到头的。

我们怎么样才能坚固道心呢？佛陀六年苦行，在那样的苦行之下，日食一麻一麦，他挺过来了，为什么？道心坚固。我们感觉肚子有点痒，可能就不上殿了。我们这个道心怎么样？坚不坚固？这已经不存

在坚不坚固的问题了，我们的道心现在就是这样的，已经谈不上道心了。不像佛陀那样，六年每天一麻一麦——如果是一天、两天我们还行，六年每天一麻一麦、在外面风吹日晒，那个道心来源于什么？所以我们学佛学什么？学佛坐在那儿，光着身子被风吹雨淋吗？不是。学他有什么样的力量，能让他在那个地方一直坐着。他背后的力量是什么？那个是我们学的东西。

以前我们学过很多公案，特别是净土宗，比如黄打铁——“叮叮当当，久炼成钢，太平将近，我往西方。”这个公案大家都听过，是不是？还有像虚云老和尚的弟子具行法师，像东瓜和尚、王痴头这类的人。很多法师、很多大德都引用这些公案，跟我们说我们要学习他们。我也看过很多公案，这种公案以前我都会背。

但我们要学他们什么？学打铁吗？学逛街吗？东瓜和尚是“终日走街坊，心中念佛忙，世人皆不识，别有一天堂。”我们学他走街坊吗？具行禅师，我们学他每天干活吗？我们到底学他们什么？有人说：“我们学他们老实念佛。”念佛用学吗？念佛不用学，“南无阿弥陀佛”谁都可以念。

具行法师、黄打铁、东瓜和尚，他们念的“南无阿弥陀佛”，跟我们念的“南无阿弥陀佛”一样。我们学他们什么？我们学他们可以一直念佛的心。那种一直坚持念佛不懈的心是什么？那个力量是什么？那个力量，是我们学的。不是学那么一个形式，那个形式有什么学的呢？打铁念着佛，老实念佛，学他的心！所以，看这个公案的时候，你不会看，就看一个表面；你会看，就看一看黄打铁、具行法师、



东瓜和尚的生活背景是什么。他们的背景就一个字——“苦”。

你看看黄打铁当时遇到那个和尚的时候，那种对生活无奈的心，“苦”支撑他一直念，对不对？他那种苦，已经无法释放了，然后碰到一个人跟他说：“极乐世界怎么好，你去念佛吧！”——哇！他那种向往是无限的。所以我们（要）学他那种无限的心力量是什么，不是学那么一个形象——“啊！那我也这样做，像他们这样念佛。”你念不进去！为什么？因为你不厌苦。我们上厕所拿的是什么？手机！你没拿念珠，你（对极乐世界）没有那么高的向往，所以学不来的。

你要学他的心，他为什么那样。因为“苦”是你跟黄打铁跟谁都可以“经验”到的东西。“苦”有两种——形式的苦跟本质的苦。现在我们很难感受到形式的苦，因为你稍微感受到形式的苦，你就会敷衍，对不对？黄打铁他没有饭吃，他要打铁，他想不想吃个馒头？想。有吗？没有。我们现在想吃什么，手机一扒拉——要这个！（打电话）“喂？这个给我少放点辣椒啊，我这吃辣不行。”我们会用各种方式敷衍厌苦的心，你有什么动力念佛呢？你在那装着念吗？——没有动力。

所以，当你没有动力的时候，你想一想“厌苦”，因为苦是你完全可以“经验”到的东西。比如说你特别饿的时候，你就饿几天；你特别不想吃辣的时候，就点辣椒吃，辣的稀里哗啦的，然后念佛，你感受一下。

公案里说，东瓜和尚，喜欢吃东瓜，所以叫东瓜和尚。他真的喜欢吃东瓜吗，还是没有别的吃的？我跟你说是没有别的吃的，他不

定真的喜欢吃东瓜。你看具行和尚也是，他那个背景，多苦啊！他见到虚老的时候，虚老给他一口饭吃，他就给寺院做点工。他感念虚老的恩德，所以每天就是给寺院做事情；他感念佛的恩德，所以就每天拜佛、每天念佛，最后他成就了。你学的是这个，不是学那个表面的东西。表面东西没有什么可学的，你也不需要学黄打铁打铁，你也不需要学吃东瓜，你也不需要学他走街坊，也不需要学具行禅师每天干活儿，那不是你学的。你学的是：他那个坚持不懈的心的来源——就是因为他们“知苦”，然后悟道。“知苦”，所以悟道。

我们不会啊！我们觉得这两天寺院吃的不好，来，眼神一对：“下山，火锅，改善一下。”你充分体现了“欣乐”。我们这个社会，已经很难体会到那种形式的苦，对不对？但是你可以体会到本质的苦。

## · 生存的基础就是“欣乐厌苦”

所以我今天要把本质的苦的思维方式，给你们说一下。你生存在这个世界，你的本质就是“欣乐厌苦”，你生存的基础就是“欣乐厌苦”。

我的手，这么举一下，不是问题。如果我举 10 分钟，它就是问题了。当我举 10 分钟的时候，我就会“欣乐厌苦”，我就想放下来，对吧？我为什么放下来？我“厌”这个苦，有点不太得劲。我为什么想放下来？因为放下来就快乐了。

所以人世间，你从早上睁开眼睛，每走一步都是“欣乐厌苦”。比如你睡觉的时候为什么翻身？不得劲了。所以，你翻下身都是“欣

乐厌苦”。你要从生活的点滴处，发现你“欣乐厌苦”的心，然后去念佛，才会有一种动力。

你翻身，是因为一个动作太久了，你不太舒服，对那个“不舒服”你想去逃离。你不是想从那一点点“不舒服”当中逃离，你是想从所有的“不舒服”当中逃离，但是展现的形式就是：你想从那一个动作当中逃离。所以通过这么一个简单形式上对苦的逃离，来去了解，你本质是想永久“出离”苦。然后，你翻过身来了，你就快乐了——通过你这个形式上对乐的追求来了解，你的本质是想去永久快乐，对吧？

所以，虽然现在不能天天让你吃南瓜感受苦——要不然明天咱们吃一个月南瓜吧？吃一个月南瓜，然后咱们玄中寺就有南瓜和尚了。明天以后我们所有人都干活，24小时干！学具行禅师，干活！然后你就苦了。完了你就不是想往生极乐世界了，你是想离开玄中寺，所以你厌离了，厌苦了。欣乐，哪乐啊？哪都比这好（众笑）。你会这样。所以你看，我们学他们什么？

我们读公案的时候，不要泛泛地读，也不要听别人泛泛地讲。你要去思维，要去过滤，你是一个有智慧的、理智的、有智商的人。你不能光“商”（伤），你得“智”，光“商”不“智”不行，所以叫智商。你要去思维，你从里面获得的力量是什么？他为什么可以那样？

如果单拿黄打铁这个人来说，他的背景是很苦的。他每天打铁念佛，他不打铁不行。我们每个人都有自己的“铁”要打，我们都有一

个自己的生活背景，是不是？你羡慕说：“哎呀，我要是能像黄打铁那样就好了，每天打铁。”你不会干的！（众笑）黄打铁不想打铁的，他没有办法，生活所迫，他必须打。所以他把他所有的精神力、念佛的力量，全融入到打铁上面去了。所以，黄打铁他的正行是什么？念佛。他的助行是什么？打铁。每个人都有自己的助行，没有任何没有助行的人。

净土宗里面讲——正助二业、正定业，你就记住没有只做正定业的人，但是有这样的心。包括善导大师，他自己一辈子是不是很正行念佛的人，正定业？但你有没有发现，他一辈子抄写了多少遍《阿弥陀经》？10万遍。是不是传记这么讲的？他呼吁大家抄写，包括他自己也抄写。为什么？每个人都有每个人的正行、助行，来滋润自己的内心。黄打铁，你不让他打铁，他只念佛，保准他念不进去。东瓜和尚，给他关屋里，别让他走街坊，他不行，他必须走，“走”就是他的助行。具行和尚，他的助行就是干活、拜佛。公案当中讲：他晚上拜佛、干活……拜累了，坐那念佛。你要他啥也不干，他就完了，待不住。

所以你学什么？不要泛泛地去学这些公案，你学不了。有人说：“我学他们老实的性格。”你就是个不老实的人，你怎么学他老实的性格？性格本身是学不了的，你有你老实的部分，他有他老实的部分，你有你的正行，你有你的助行，他有他的正行，他有他的助行。所以你学习的是——那个背后的力量是什么，去发现它，然后，找到支撑你的力量是什么，你会不断地前进，而不是跟他一模一样。我们无法

跟任何人一模一样，所有的经验都是自己的，我无法跟你说。

比如我喝一杯茶，你问我：“什么味道？”

我跟你说：“香。”香对你的感觉就是一个字——香。

“还有呢？”

“回味多少有点甘甜。”

“甘甜”对你来讲也是两个字，但那个状态，以及我这个喝茶人的个人感受是什么，你完全不知道，你只能喝。

我说：“香，你懂吗？”你说：“我懂。”其实你完全不懂。因为我的经验我无法说出口，经验就是个人的感觉，无法说出口的东西叫经验。凡是能说出口的叫什？叫道理。所以，所有的经验都无法说出口，只有你自己去做才会知道。

所以黄打铁也好，包括王痴头、东瓜和尚，他们是典型的道心坚固的人，具行禅师更不用说了，道心也是非常坚固。他们为什么道心那么坚固？就是因为能够经验到苦，才会真正去欣乐，才会坚持这样念。等念到一定时间以后，心住极乐，那个时候就能体会到乐了，不仅厌苦还能体会到乐了。当体会到乐的时候，厌苦的心是什么？自然的。念佛的心是什么？自然的。就不一样了。所以那个东西是我们学的。形式，没必要学，去学他们的力量。

佛陀六年苦行怎么坚持下来的？不就是因为生老病死苦嘛，他才坚持的，他想解决生老病死的苦。所以佛陀说，道心坚固非常重要。在《菩提心义》中讲：“菩提之心成佛之本，大事因缘莫过于此。”所有的大事因缘莫过于求道的菩提坚固之心。我们只有一种坚固之心

——电视剧二十三集，每天一集绝对不能落，每天晚上八点半必须看，这是我们坚固的心，不叫道心。剩下我们还有什么坚固的心？你的功课，都是拖到不行了才完成——“今天九点睡觉，八点半我再做功课。”

“八点半了，再过五分钟，五分钟肯定做！”“哎呀，今天……要不明天补吧！”（师父笑）我们是这样的。我们有什么坚固的心？根本（对极乐世界）没有向往的心。

如果你真有向往的心，你会把这个事情当作最重要的事情，在任何时候你的心里都会念念不忘。你要进入念念不忘的思维体系中去，就可以念念不忘，甚至可以二十四小时都是念佛的。说难又不难，必须要理通透，善巧理解教法，善巧理解公案、故事背后给我们指引的意义，你就可以做到。

你不是他，但你有和他一样的铁，你有和他一样的街坊，你有和他一样的劳作，你跟他可以变成一样，但你不需要学他。如果你学他的话，我建议你们明天全部来玄中寺干活，一直干到晚上，干累了就拜佛，拜佛累了就打坐，打坐累了就干活……七天以后你就对娑婆世界没有厌离心了，你会对山下交城县有相当大的向往之心，对玄中寺有相当大的厌离之心，你能感受到那种“厌苦”是什么。

所以要知道我们在学什么，知道我们的道心怎样才能坚固，不要忘记你的目标，让你的经验推动你的力量去做，然后该发生的就一定会发生，这就是我们该有的道心。

发完坚固道心以后，开始发誓，要怎么为众生作大安呢？安国土，以方便摄受众生。

**“譬如恒沙，诸佛世界，复不可计，无数刹土。光明悉照，遍此诸国。”**

恒河沙数、不可计数的无数刹土，我的光明都能够遍此国土，我的光明遍无量国土。所以现在阿弥陀佛的光明照没照到我们？照到我們了。在哪呢？哪儿都是。

你为什么可以看到我？如果没有光你能看到吗？看不到。你为什么可以看到房子？没有光可以看到吗？看不到。你为什么可以想事情？你不清醒你可以想吗？不能想。所以，你所举所动都在光明遍照之内，离不开光明。你为什么可以呼吸？因为有光明，呼吸对你做了某一些利益。佛陀的光明不是指灯泡的光明，它是一种温暖、一种加持、一种给予、一种利益。你穿着衣服不冷，为什么？因为你得到了温暖，那就是佛的光明。所有佛的光明都会用这种方式在我们身边无时无刻地进行呈现。

为什么佛给人感觉是那么的慈悲？他慈悲到什么程度呢？他进入这个国家，脚刚踏进这个国家，这个国家的聋人全能听到，盲人全能看到。而有的国家是刚踏进去，所有人都跑了（也有这种情况）。总之，佛的慈悲已经到了那种程度——光明遍照。

净土法门是一个光明遍照的法门。有不同传承提到净土法门是恶人当机，这个问题我会分析的，到底“恶人当机”是什么意思，讲四十八愿的时候会讲。净土法门是光明遍照，是三根普被、利钝全收，

没有谁当机的问题。只能说犹如慈母于病儿更加珍爱，但不是说“恶人当机”的意思。

有一些东西不可以理解错误，你理解错误一个思想，我很负责任地说，这会影响你一辈子。你不要认为：“啊，这可能没关系吧！这样去做就可以吧！”那这个事就等着，阎王爷会找你说话的。所以，一个正确的思想观念比盲目的行为更重要。盲目的行为非常有可能是南辕北辙，但是正确的思想观念，你每走一步都是向目标靠近。所以佛陀用光明遍照，点亮所有众生的心灵。

### **“如是精进，威神难量。”**

#### **· 精进，自然的喜悦**

佛陀这样说并不是吹牛，但有的人发愿就是吹牛发愿。我见到一个居士到一个师父面前发愿：“师父，请加持我 30 岁成佛！”师父说：“你今年多大了？”居士说：“我今年 29。”（众笑）师父说：“随喜功德啊。”这不太现实，你发愿 30 岁成佛，但这不现实，是吹牛的。

佛陀不一样，他是光明遍照，而且佛的精进后面会体现出来的——“威神难量”，精进力是难量的，而且这种精进力是非常自然喜悦的，没有一点强迫性。

所以你的精进里面但凡有一点强迫性，都不叫精进，只能叫努力。精进是没有造作的喜悦，就是“进即喜于善”，就是你对善法的心。



当我们说“我要精进念佛”的时候，是什么意思？是你非常喜悦地念佛。所以平时我们应该说“我努力念佛”，虽然不太喜悦，但是不念不行。你念着念着，被佛的光明遍照摄受以后，自然会生起喜悦。当你生起喜悦的时候，你控制不了自己念，睡觉都睡不了，佛号在心里跟泉涌一般，那个时候叫精进。之前都只能叫努力，你努力去做。

但我们努力不是要达成什么结果。很多人认为：“我要努力去念佛，达成一个结果。”如果你认为在佛的愿力面前，很精进、很努力地念佛，是为了达成往生，那么你是傲慢的；如果你认为被佛的愿力摄受了，什么都不去做，那么你是懈怠的。无论你傲慢、懈怠，都无法真正的信佛的愿力。佛的愿力是自然之所牵，当你被大安以后，会生起感恩之心，这种感恩之心会在心里面流动，你会很自然地念佛。

有人问说：“那我没有办法流动，怎么办？”只能有两种方法：最直接的是去经验苦，当你厌苦的时候，欣乐的心自然就很强大，就会流动；或者你去闻思学习、读诵一些净土宗的经典，让你的心得到滋润，你会有自然流动。否则你在佛陀愿力面前做的任何的努力——你认为你在努力，那都属于傲慢；但凡你说：“佛救度我了，我不需要做了。”那你是懈怠。“那我该怎么办？”佛陀说：“就这么办！念佛就对了。”所以叫“当信是称赞不可思议功德”。

我只能说理智的语言，无法说非理智的语言。因为当我说出非理智的语言，你们理智的头脑听不懂，所以我只能说理智的语言。我把理智的语言说尽了，留下来的就是非理智的东西，那才是你自己的东西。

佛陀发愿以后，他没有吹牛。四十八大愿的核心就在这个地方：我的威神难以估量，而且在我做佛的时候，我的国土是第一。所以他是“光中极尊，佛中之王。”

### **“令我作佛，国土第一，其众奇妙，道场超绝。”**

而且国土的环境太好了，特别奇妙的环境。大家想一想是不是国土特别奇妙？怎么说呢？相当于一个佛国的制造工厂一样！我们是非常地道的五浊恶世的凡夫，通过念佛，最后往生极乐世界，立马变成菩萨，这不奇妙吗？太奇妙了！我们认为这很奇妙：一块铁，我点一下——“变！”变成了金子，这个没什么奇妙的，只要你会点金术都可以。但是让一个凡夫通过念佛，一往生就变成佛、变成菩萨，这个很奇妙！我们不需要做那么多的努力就可以达成，这很奇妙。

道场、国土的环境，真的是“道场超绝”，超过所有佛的世界。它的色声香味触法，凡是你能想象到的，全都是对你做利益的、最高级的，所以它真的很奇妙！这个奇妙到底怎么说？我现在说所有的奇妙都是语言，我们没法再说奇妙了。我说：“那个大水池多大。”然后你心里边出现个大洗澡池。我说：“那大莲花有车轮那么大。”然后你想：纸糊的，粉色的带白色的。你只能这样想。到底它有多奇妙，我没有办法说，反正就是很奇妙的。佛的愿力很难想象，凡是你能够想象的都不够奇妙，那个奇妙是你无法想象的东西，所以“当信是称赞不可思议功德。”

**“国如泥洹，而无等双。”**

“国如泥洹”什么意思？“泥洹”什么意思？涅槃、圆满。你到了极乐世界，变成圆满的了，这隐含的什么意思？成佛的意思。佛没有太直接说，但是他比喻说“国如泥洹，而无等双”，到了那个地方没有人能跟你相比，你如同入于大涅槃、大圆满一样的，一个完全圆满的状态，是这样的，这是国土的情况。这么好的国土谁去呢？

**“我当愍哀，度脱一切。十方来生，心净清静，已至我国，快乐安隐。”**

我哀愍度脱一切十方众生。十方众生来到我的国土“心净清静”，这个心非常清静。“已至我国，快乐安隐。”也就是“无有众苦，但受诸乐，故名极乐。”四十八愿的所有核心就在这个地方。

首先，法藏比丘发了坚固的道心，让光明遍照十方所有的国土，用自己的精进力成办这样一个国土。这个国土，是第一的、奇妙的、超绝的、如泥洹一样的，没有人可以比的。这个国土为了谁？为了众生。

所以有的时候我就跟一些居士也好，或者跟我的一些道友去谈论往生，其实我是这样想的：我们没有必要把往生讲得很简单，但也没有必要把它讲得很难。它是什么样就是什么样。它是一个木头，你给

它讲成是一个金子，这没必要嘛！骗子。它就是个木头，你说它是一个塑料也没有必要，它是什么样就是什么样。

大家想象一下佛的心会是什么样？是不是最无限、最温暖、最有爱、最有智慧、最慈悲？所以极乐世界不是缺人，真的。一说到极乐世界怎么好：“你来吧！”就好像那地方没人去、工资不高——不是这样的。其实佛陀就一个想法，就希望你好，没有别的想法。

有的时候我跟一些居士聊天，有人说：“师父，我好像觉得我不想去极乐世界。”我说：“那你不要去，因为极乐世界不缺你一个。”确实不缺，那么多菩萨，不一定有地方（开玩笑）。

有些法师我跟他们聊天，我说：“念佛就往生极乐世界。”他说：“哪有那么容易？”我说：“为什么不容易？你不想去？”“我想去呀！”我说：“想去为什么说不容易呢？你想去就会变得容易啊！”

无论你想干什么，只要你想干都会变得容易。后边佛陀会说，为什么变得容易，世间自在王如来都做了一些比喻。所以佛陀说：“度脱一切。十方来生，心净清静，已至我国，快乐安隐。”多好啊！你想建造一个世界很难，但是想去一个地方很容易；你想建一个玄中寺很难，但你来玄中寺很简单，坐车就来了。所以他建好了，我们去。

**“幸佛明信，是我真证。发愿于彼，力精所欲。十方世尊，智慧无碍，常令此尊，知我心行。假使身止，诸苦毒中，我行精进，忍终不悔。”**

这里说，我发这样的愿以后，我会尽我的一切精进去达成这种愿望。“十方世尊，智慧无碍，常令此尊”，我说这些话，请十方的世尊、具有无碍的智慧的世尊“知我心行”，了知我的心，我就是这样想的。

其实有的时候我们跟佛也是这样去发愿的，常令这些具有无碍慧的世尊能够了解我的心。所以什么叫“幸佛明信，是我真证”？就是请佛能够相信我的誓言，你是我真正的见证者，以你的智慧见证我。我发这个愿以后，我会非常精进地去完成我的所愿，叫“力精所欲”。十方世尊，我说出这样的话（不是“现在29岁，30岁要成佛”这种不现实的话），我是真正想去利益众生的，我的心是真实的。而这个真实的心我不需要跟任何人说，佛你会知道的。我知道，你知道，别人知不知道没有关系。所以“常令此尊，知我心行”，我的心就是这样的。

当我在完成大愿的过程当中，假使我的身止于诸苦毒当中，“我行精进，忍终不悔。”这是什么样的道心？我为了众生的安乐，哪怕我的身堕入无间地狱当中，我都怎么样？我的精进都不会退的。这个“精进”指的是欢喜、向前的、想完成大愿的心，都不会退，是这样的一种状态。

**“佛告阿难：法藏比丘说此颂已，而白佛言：唯然世尊，我发无上正觉之心。愿佛为我广宣经法，我当修行，摄取佛国清净庄严无量妙土。令我于世数成正觉，拔除生死勤苦之本。”**

佛告诉阿难，当时法藏比丘说了上面的偈颂以后，而白佛言说：“唯然世尊，我发了这样的无上之心以后，能证知我的心，愿佛陀为我广说经法，我要去修行，我要去如何建造这个国土，利益众生。”

“摄取佛国清净庄严无量妙土。”因为我想成就妙土、成就极乐世界，我要摄取所有诸佛总集的庄严国土——他是第一，他要建立一个第一的国土，他肯定要是摄取所有的佛的优点。

“令我于世数成正觉。”能令我数成正觉。然后“拔除生死勤苦之本”，拔一切众生生死勤苦的根本，拔出来，让他们全部获得解脱。

所以你看佛陀发这个愿，是具有层次感的。前面先发愿为做众生做大安，坚固自己的道心。坚固道心以后，他想如何为众生作大安呢？他要去建国土。建国土干嘛呢？要方便摄受众生。方便摄受众生以后国土的情况是什么情况？又讲了它的情况。讲完这个情况以后，要让佛陀去证知，为什么让佛证知呢？就是我想建国土的心是发自我的本身如来藏性，只有你——圆满正觉的佛才能见证我的如来藏性，所以你给我证知，你了知我的心行。最后还做一个誓言：在我完成这个誓愿之前，我哪怕身处于苦毒之中，我的精进都不会退的，我也不会后悔的，因为我为众生发了这样的坚固道心，我就不会后悔。

有的时候，我们对佛教的了解，为什么会在内心反反复复？其实你没有真正了解，你真正了解了以后，你不会反复的。就像你每天都用面膜一样，你不会反复的，你会天天用，因为你了解。天天的，都半夜12点了还必须得贴一个，怎么都得整一下——你会这样做的，你了解嘛。

所以佛陀也是这样，发愿，发愿以后祈请佛陀说：“你给我宣讲国土的庄严，我速成正觉，解脱一些众生的生死之本。”这段就是这个意思。

本来今天要讲到四十八愿那个地方，但没有，明天肯定会讲到，不是明天，下一个肯定会讲到四十八愿，至少能讲一愿两愿。

## · 课后问答

问题一：有一个发愿的问题，请开示。有一对感情很好，共同修净土宗的家人，他们可以发愿今生共同往生极乐世界吗？这是不是一种执著，会不会影响往生？

答：同生共死吗？没有必要吧。你可以发愿，都往生极乐世界，但别发愿共同往生。两个人身体状况也不一样，如果那个去了，然后你还没去呢，你自杀吗？所以这个不是太好。

你可以发愿说：“我们都去，谁先去不要紧，谁先去，谁来接。”这样发愿。不要一起拜把子——不求同年同月同日生，但求同年同月同日死，这个就没有太大的必要，这肯定是一种执著了，这种执着没有必要。

会不会影响往生？没有任何事情会影响往生，但它会影响你，因为往生是佛的愿力所致，没有任何事情可以影响佛的愿力。但如果你不想去了，一点办法都没有，佛不会强迫的。佛陀不会去强迫一个不想去极乐世界的人，如果佛可以强迫一个不想去极乐世界的人，那太好了，我们啥都不用做了，反正佛陀到时候会像上帝一样的——“来

吧!”就超度了，那不可能的。

所以，我建议发愿都去极乐世界，谁先去，谁就来接。不要发愿说一起去，那很难的呀！突然你俩（都死掉了）不好，不要那画面啊，不好，毕竟每个人的寿命都不太一样的。

**问题二：**藕益大师说：“得生与否全凭信愿之有无。”请问法师此信愿之标准是什么？既然有信有愿就能往生，是不是每天就不用那么精进念佛了？

**答：**其实我每看到这样问题的时候，都觉得特别奇怪。先不说第一个问题“得生与否全凭信愿之有无”，信的标准先不提。说“有了信愿就能往生了，我每天就不要精进念佛了。”这个问题大家听了会不会矛盾？矛盾吗？如果你有信愿可以往生了，你是不是更应该很欢喜念佛？因为前提是——你为什么要往生？大家为什么要往生？你是不是因为这里不好，所以你想去往生？现在你知道你可以离开这里了，你会怎么样？你会说：“那我再回去吧！”你会这样吗？

这个问题很奇怪！你能这样问问题，说明你根本就没有了解你想干嘛。说白了，你内心当中不是真实的心，你就不可能有信愿，因为你没有真实想解脱的心，你是“怕”，不是想解脱。

大家有一个问题要清楚——你“怕”轮回和“想出离”轮回是两回事。“怕”什么意思？是不敢。“出离”是什么？我根本就不愿意在轮回里边，我不愿意再轮回。“怕”是怎么回事？我没有能力，我要有能力就不怕了。所以，“怕”轮回跟“想出离”轮回是两回事。



你看，你能来到这个地方，能提出这样的问题，说明你是想去极乐世界的。如果有一天你知道你可以去极乐世界了，你想：我想回去，我不想精进念佛了，我没有欢喜心念佛了。这不很矛盾吗？这个问题很矛盾。

我给你做个比喻，相当于说你掉进粪坑了，然后我给你个绳子，我说：“你看到这个绳子了吗？”

你说：“我看到了。”

“你相信可以爬上来吗？”

“相信……既然我有绳子了，我也相信可以爬上来了，那是不是可以不爬了？”（众笑）

可以，你在粪坑里呆着吧！这说明你根本就不想上来，如果想上来你还不得立马的。

就像是，你掉进一个无尽的海洋当中，在那扑腾呢，突然我给你丢个游泳圈，你就美了：“太好了！我也不出去了，反正我现在掉不下去！”你会这样吗？如果你是个正常人，你会这样吗？

所以你应该说：“我既然能往生了，我真的欢喜念佛。”这是一个正规的回答。如果说我既然能往生，我就不要精进念佛了，我可以负责任地跟你说，你往生不了！

我不是开玩笑，当你有这样的心的时候，你往生不了，因为你不是真心，你不是真想去的心，你是“怕”。能听懂吗？你是怕轮回，而不是真想去极乐的心。但凡你不怕轮回了，你就会有在轮回里干事儿，所以这是两回事。你有一个真心，那是不一样的。

现在有很多奇怪的事情，在客堂我跟他们说过一个事情。大概在97年、98年的时候，我师父去吉林那边，也是一个法师，他讲净土法门，讲的善导大师这个思想。讲完以后就问大家：“你们得没得？”

大家都说：“得了，太高兴了！我们都可以往生了，太好了！”法师特别逗，他挑选了几个居士，给他们又吃又喝的。吃完喝完又问他们：“有没有愧疚心？如果有的话，说明你对阿弥陀佛没有信心。”奇不奇怪？

当你去试验的时候，说明你的心是什么？已经是不真实的了。再说了，你为什么要往生？不就因为这里不好嘛。既然前提是因为这里已经是不好的了，你知道可以从这里出去了，你是不是应该以最快的速度、最快的时间出去，是不是？以最欢喜的心出去。你怎么还能问出来说：“我是不是不需要精进了呢？”当你问出这句话，当你去试验佛的愿力的时候，我就负责任地跟你说，你往生不了。为什么？因为你没有至诚心，你的真心没有，你不是真心。

真心到底是什么？我不知道。真心是一个人个人的体验，只有你自己知道你是否真心，别人无法知道，像他要说到底信的标准是什么，我不知道，信的标准只能问你自己，为什么？信是一种什么东西？信是一种感受，对不对？信是不是一种理论？它绝对不是一种理论，信是一种感受，这种感受我无法告诉你，你也无法告诉我，我也无法说清楚，你也无法给我说清楚，你问你自己。

所以修行到最后，有一个叫做“自证”跟“他证”，选择“自证”，你问你自己是不是真实的。佛陀只对真实感兴趣。我们所有修习净土

法门的前提，就是你想去极乐世界。当你说你想去极乐世界的时候，前提一定是厌离娑婆的。

当你没有那种想念佛的动力时，我劝你——去观修苦，去感受一些苦，你就会有动力念佛了。因为苦是你直观感受到的东西，但是乐你感受不到，极乐的乐你感受不到，但是苦你可以感受到的，当你越苦的时候你想去抓，当你抓的时候你会有一个方法，哪个方法？“南无阿弥陀佛”是你唯一的安心之处，那是唯一你可以抓到的东西。

当一个人说：“我终于可以往生了，我无量劫轮回这么久了，今天终于可以被阿弥陀佛大愿摄受了。”你是不是欢喜的？你欢喜地念佛。但是欢喜到什么程度，跟个人性格有关系，所以也没有办法去说欢喜到什么程度，因为每个人性格不一样的。

当我看到这样问题的时候，我觉得他可能去不了，因为他根本就没有理解，他根本就不想去。如果想去的话，有了保证以后就不怕了吗？就想回去了吗？

你踩到粪坑里边了，你发现：“哦，这个脚是可以洗干净的。”你发现能洗干净以后，没事儿老去踩（粪坑），你会吗？你会说：“我就不用注意避免踩粪坑了。”你会这样吗？你会更注意这个事情，你会有一种难得心：“哦，我终于可以避免了！”是这样的心态。

当你问出这样的问题，“既然佛陀的愿力给我摄受了，我为什么还要精进念佛？”我就跟你说，你并不是真想去极乐世界。为什么？你不是真心的，因为你真心的时候，你发现自己可以真的出离那个你

最不想去的地方了，你怎么能不欢喜呢？你肯定是非常欢喜。欢喜以后你会怎么表达？念南无阿弥陀佛。

所以，当你说：“我既然被佛的愿力摄受了，我就不用那么精进念佛了。”这个代表什么？代表你想出离这个世界的心是个什么样的心？——假的！假的心不符合于什么心？至诚心。所以你去不了。你必须变得真实。你不要开玩笑，不要欺骗自己。你做任何事情都可以欺骗自己，你可以化妆、你可以整容、你可以做头发、你可以穿漂亮的衣服，遮掩或者怎么样……但是修行，你不要欺骗佛，你不要欺骗你自己内心。

你是不是真实的？如果你是真实的，你的欢喜心是自然的，所以那个真实的自然流动叫“自然之所牵”，《无量寿经》里面会讲。你必须对这个道理理解得准确，如果你不理解准确，你的思维方式就是错误的，你是错误的，就有可能你的心不是真实的心。

所以，我不想把往生净土讲得很简单，我也不想把它讲得很难。它是什么样子，我就以什么样的方式讲就可以了。最后，你是什么样的心，你有什么样的量，我无法说。因为你有信心或者没有信心，只有你自己知道，别人无法知道。佛知道，有他心通的人知道，我没有，所以我不知道，你知道。

问题三：师父之前回答说，做饭的时候您说是念佛。如果在工作，不专注也做不好，就没法念佛，所以是不是念佛是只针对不需要动脑专注的事情？

答：都可以吧。反正你能念就念，不能念你就专注工作，好不好？  
这不重要，不要老去纠结这个事情，这个不用纠结了。